

SIEBEN SCHRITTE AUS DER KRISE

Wie lassen sich die Schritte aus der Krise beschreiben?

Welche Aufgabe und Herausforderung stellen die einzelnen Schritte dar?

Ideale als Ausweg aus der Krise

Wenn man das Wort „Krise“ hört, denkt man dabei nicht unbedingt an Ideale, im Gegenteil. Doch gerade in einer Krise brauchen wir gute Ideen, um wieder herauszufinden – das ist allen Krisen gemeinsam. Allerdings reicht es nicht, gute Ideen zu haben, wenn man sie nicht umsetzt. Dann landet man postwendend in der nächsten Krise.

1. Schritt – Aufnehmen des Ideals in die eigene Seele

Der Unterschied zwischen einer guten Idee und einem Ideal ist der, dass Ideale verbindlich sind. Wir leben sozusagen mit ihnen, versuchen sie zu realisieren. Konkret könnte das so aussehen, dass wir vier Wochen lang täglich dreimal daran denken – ohne Aggressionen zu entwickeln, dass wir noch nicht so weit sind und ohne anderen die Schuld zuzuschieben, dass wir es wieder nicht geschafft haben, dem Ideal ein wenig besser zu entsprechen...

Ideale sind etwas Kostbares, Reines, sind ein Anstoß für alles Unreine. Auch die Schatten in uns geraten in Aufruhr angesichts dieser Sphäre. *Schiller sagte: „Es liebt die Welt, Strahlendes zu schwärzen.“*

Es ist gut, wenn wir dieses Problem erkennen und es schaffen, dem neuen Ideal die richtige Aufnahme in der Seele zu bereiten. Man sollte durch allen aufkommenden Ärger hindurch solange an das Ideal denken, bis man sich wieder daran freuen und es anlächeln kann wie einen Freund.

2. Schritt – Integrieren des Ideals ins normale Leben

An diesem Punkt müssen wir uns überlegen, wie wir unser Leben zu ändern haben, damit wir lernen, mit dem Ideal zu leben. Der Umgang mit dem Ideal muss gepflegt und ganz bewusst geübt werden. Gelingt uns die Integration, hat sich unser Leben bereits verändert. Das bemerken nicht nur wir selbst, sondern auch andere. Man fragt uns vielleicht: *„Wer ist dein Coach?“*

3. Schritt – Ideal wird zur Kraftquelle

In diesem Stadium bemerken wir, dass das Ideal in uns eine weitere Fähigkeit erschließt: das innere Hören. Wir sind zu einem Lauschenden, sind „inspirationsfähig“ geworden. Indem wir uns selbst zu führen beginnen, schöpfen wir zunehmend aus der eigenen Aufrichtekraft (Vertikale) – sie wird uns zum ideellen Wanderstab, zu einer Quelle der Inspiration, aus der wir Kraft und Selbstsicherheit beziehen.

4. Schritt – Erwachen am Ideal

Je mehr wir den vertikalen Anschluss spüren, desto stärker bemerken wir auch Abweichungen vom Ideal in unserem Umfeld, auch in uns selbst. Das tut weh. Sich mit einem Ideal zu verbinden ist, als würde man ins Licht treten – die Schatten erscheinen dann schwärzer.

Jetzt brauchen wir den Willen zur Konsequenz, indem wir genau abwägen, ob wir wirklich wollen, was das Leben an uns heranträgt, von innen und von außen. Jetzt ist es an der Zeit, Dinge zu lassen, die uns in unserer Eigenverantwortlichkeit schwächen, z.B. Alkohol und andere schwächende Gewohnheiten. Wir müssen uns mit den Schatten in uns selbst befassen, müssen entdecken, wo wir Verantwortlichkeit immer noch abwälzen und meiden. Wir brauchen genug Zeit dafür, brauchen ein bewussteres Zeitmanagement. Vielleicht gilt es auch konsequent zu sein, indem man gewisse Produkte nicht mehr kauft, die Bank wechselt, etc.

Der „schlafende Riese“, wie wir Konsumenten auch genannt werden, erwacht. Wenn alle Welt sich in diesem Stadium befände, würden unsere Gesellschaft und unser Gesundheitswesen anders aussehen. Unsere heutige Gesellschaft lebt vom andauernden Schlaf des Riesen. Er soll bloß nicht aufwachen und nachzudenken beginnen! Deshalb versucht man ihn in Albträumen gefangen zu halten...

5. Schritt – Entwicklung neuer Lebensformen am Ideal

Wer selbst erwacht ist zur Eigenverantwortlichkeit, wird auch die Erziehung zur Selbstverantwortung in Familie, Schule, Arbeitsplatz, in der ganzen Gesellschaft fördern. Hier handelt es sich um eine Art Stabilisierungsphase von neuen Entwicklungen und neuen Lebensformen: Ich weiß, was ich will und verstärke Trends im Sinne meines Ideals.

6. Schritt – Entwicklung neuer Gesellschaftsformen

In dieser Phase erleben wir, dass unser Einfluss auf unser Umfeld gewachsen ist und wir an weit über uns hinausgehenden Entwicklungen beteiligt sind und Verantwortung dafür übernehmen. Wir beeinflussen jetzt die Verhältnisse in einem viel größeren Rahmen.

7. Schritt – Zukunftsfähigkeit durch Erneuerung am Ideal

Die Herausforderung dieser Phase besteht darin zu erkennen, dass eine Initiative, ein Unternehmen, eine Gemeinschaft oder Gesellschaft nur zukunftsfähig ist, wenn sie erneuerungsfähig bleibt. Mit der Erneuerung beginnt dann eine neue Lern- und Entwicklungsrunde.

Vgl. Nachschrift des Vortrags „In sieben Schritten aus der Krise – der Weg vom Ideal zur Wirklichkeit“, Pforzheim, 16.10.2009